Le guide des entrepreneuses créatives

Sophie-Charlotte Chapman
Sandrine Franchet

EYROLLES

Créez et entreprenez en toute sérénité !

Lancer son business créatif, c'est apprendre à se gérer seule et créer les bases d'une structure qui se voudra solide. S'organiser, gérer, communiquer, financer, se former... Autant de conseils pratiques que vous dénicherez dans ce guide, complété et illustré de témoignages de professionnels du fait-main. Et parce qu'entreprendre est aussi une aventure personnelle très forte, vous saurez également comment croire en vous, vous affirmer, faire face à la solitude de l'entreprenariat à domicile et équilibrer vie personnelle et vie professionnelle.

Sophie-Charlotte Chapman et Sandrine Franchet déjà auteures de *Vendre et mettre en avant ses créations* (ed. Eyrolles), reconnu comme la "bible" des créatrices, vous livrent ici les conseils indispensables pour vous lancer en toute sérénité.

Sandrine Franchet *est l'auteure du blog* Cousette Communication http://cousette-communication.blogspot.fr. *Créatrice textile, spécialisée dans les accessoires textiles personnalisés, elle propose aussi formations et prestations à destination des acteurs du fait-main. Retrouvez ses services sur son site Cousette entre Copines http://www.cousetteentrecopines.com/fr/ .*

Sophie-Charlotte Chapman *est l'auteure du blog* Ma Petite Valisette http://mapetitevalisette.com/blog/ *sur lequel elle publie conseils et cas concrets pour apprendre à vendre ses créations. Toutes ses formations et accompagnements sont accessibles depuis son site : http://www.mapetitevalisette.com*

Sandrine Franchet *et* ***Sophie-Charlotte Chapman*** *sont les rédactrices du blog* Entrepreneuses Créatives http://entrepreneuses-creatives.blogspot.fr *via lequel elles proposent conseils et formations pour toutes les entrepreneuses qui ont fait de leur passion créative leur activité principale ou complémentaire. Elles sont connues sur la toile pour leur expertise pointue de la création fait-main.*

En couverture (de haut en bas, de gauche a droite) :
Atelier Fée pas ci, fée pas ça - Poupée tissu la Petite Madeleine
• Atelier Fröken Skicklig • Nuancier, credit Bö Graphik
• Fleurs Atelier Fröken Skicklig • Bureau Charlotte and the teapot
En 4e de couverture: (de gauche a droite) :
Fröken Skicklig • Tangerinette • Fröken Skicklig

www.editions-eyrolles.com

Le guide des entrepreneuses créatives

Images p. 8-9 / 22-23 / 44-45 / 84-85 / 112-113 / 130-131 : © Shutterstock

ÉDITIONS EYROLLES
61, bd Saint-Germain
75240 Paris Cedex 05
www.editions-eyrolles.com

En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit, sans l'autorisation de l'Éditeur ou du Centre Français d'exploitation du droit de copie, 20, rue des Grands Augustins, 75006 Paris.

© Groupe Eyrolles, 2015, ISBN : 978-2-212-14076-7

Sophie-Charlotte Chapman
Sandrine Franchet

Le guide des entrepreneuses créatives

EYROLLES

Sommaire

AVANT-PROPOS 6

I
JE BOOSTE MA CRÉATIVITÉ AU QUOTIDIEN
LE DÉCLIC : JE LANCE MON BUSINESS CRÉATIF 10
JE NOURRIS MA CRÉATIVITÉ 12

II
JE GÈRE MON TEMPS
J'OPTIMISE MON TEMPS
À TRAVERS QUELQUES PRINCIPES DE BASE 24
JE METS EN PLACE UN PLANNING ET DES ROUTINES 29
JE DISTINGUE LE PRO DU PERSO 32
JE DRESSE DES *TO DO LISTS* 33
J'APPLIQUE LE FRACTIONNEMENT 34
J'UTILISE LES « BONS » OUTILS 35
BLOGS, RÉSEAUX SOCIAUX ET E-MAILS :
JE CONNAIS LES ASTUCES ET J'ÉVITE LES PIÈGES 37

III
JE DEVIENS EFFICACE
J'ORGANISE MON TRAVAIL AVEC LE *MIND-MAPPING* 46
JE CAPITALISE SUR MES FORCES 47
JE ME FORME ET JE ME FAIS ACCOMPAGNER 50
J'APPRENDS À DÉLÉGUER 55
JE NOUE DES PARTENARIATS 64
JE TROUVE DES SOLUTIONS DE FINANCEMENT 69

IV
JE TRAVAILLE CHEZ MOI

HOMEWORKING, MODE D'EMPLOI 86
J'AMÉNAGE MON ESPACE DE TRAVAIL À DOMICILE 88
J'OPTIMISE MON STOCKAGE 99
JE CRÉE MA STATION D'EMBALLAGE 102
JE M'ÉQUIPE D'UN STUDIO PHOTO 105
J'ORGANISE MON BUREAU ET MON ORDINATEUR 109

V
J'INSTALLE MON BUSINESS À L'EXTÉRIEUR

J'OPTE POUR UN LOCAL INDÉPENDANT 114
JE PARTAGE UN LOCAL 119
JE MISE SUR LES SOLUTIONS ALTERNATIVES 123

VI
JE GÈRE MON ÉQUILIBRE VIE PRO/VIE PERSO

JE ME (RE)MOTIVE EN PRATIQUANT
LA PSYCHOLOGIE POSITIVE 132
JE FAIS MON BILAN ET JE FIXE MES OBJECTIFS 137
J'APPRENDS À M'AFFIRMER ET À PARLER DE MOI 141
JE CONCILIE MON BUSINESS CRÉATIF AVEC MA FAMILLE 150
JE CONCILIE MON BUSINESS CRÉATIF
AVEC MON EMPLOI SALARIÉ 157
JE PRENDS DU TEMPS POUR MOI 161
L'IMPORTANCE DU MOI 172

Avant-propos

Concrétiser son projet entrepreunarial, le voir petit à petit prendre forme, puis évoluer au fil des années, au gré de ses envies, des rencontres, des opportunités, se sentir pleinement en contrôle de son parcours professionnel… voilà une aventure souvent extraordinaire, que nous souhaitons à toutes les créatives et créatifs !
Cependant, nos propres expériences, de même que les témoignages des entrepreneurs et entrepreneuses que nous rencontrons quotidiennement, nous l'ont appris : le parcours peut parfois s'avérer complexe et la route sembler longue et solitaire. Travailler pour soi, bien souvent de chez soi, demande une organisation bien pensée, mais aussi une motivation et une discipline de vie (presque) à toute épreuve.

POURQUOI CE LIVRE ?

S'installer à son compte pour vendre ses créations ou ses services, via des lieux physiques ou en ligne, ne s'improvise pas. Déjà auteures de *Vendre et mettre en avant ses créations*, paru en janvier 2014 aux éditions Eyrolles, qui abordait toutes les étapes du lancement d'une marque ou d'un projet créatif, nous avons voulu, avec ce nouvel ouvrage, vous aider à mieux gérer le quotidien de votre business créatif, à développer efficacement votre activité et donc à générer plus de revenus.
Pour vous permettre de faire les meilleurs choix, nous avons réuni les conseils et les témoignages d'experts mais aussi de celles et ceux qui sont déjà « passés par là » avant vous, et qui partagent ainsi leur expérience précieuse. Cet ouvrage s'adresse aussi bien aux entrepreneuses installées, qui souhaitent améliorer leur gestion et leur organisation, qu'à celles qui envisagent de se lancer mais qui hésitent encore. Ces dernières trouveront des pistes pour structurer leur projet en amont et en prévoir les éventuelles difficultés.

AU PROGRAMME…

Dans ce livre conçu à partir des questionnements le plus souvent exprimés par les créateurs indépendants que nous formons et conseillons, nous avons souhaité aborder les principales problématiques rencontrées

au quotidien dans les business créatifs. C'est donc un vaste programme que nous vous proposons, destiné notamment à vous aider à :

- Entretenir régulièrement votre créativité et en faire l'essence même de votre business
- Utiliser les bonnes méthodes et outils de gestion du temps, et optimiser votre planning de travail
- Gérer votre communication digitale sans y perdre (trop) de temps
- Capitaliser sur vos propres forces pour gagner en efficacité
- Vous appuyer sur des ressources externes (formation, accompagnement, sous-traitance, partenariats, financements) pour développer votre business
- Agencer de manière logique et pratique votre bureau/atelier à domicile
- Envisager la meilleure solution pour installer votre business à l'extérieur
- Concilier au mieux son business créatif avec votre vie personnelle/familiale ou même avec un emploi salarié
- Faire face au doute et à la démotivation qui guettent souvent l'entrepreneuse indépendante.

Ce livre, nous l'espérons, vous sera particulièrement utile pour soulever les bonnes questions et vous aider à progresser au quotidien dans votre business créatif. N'hésitez pas à aller encore plus loin, en découvrant et visitant les sites et blogs des experts et professionnels qui ont participé à cet ouvrage.
Par ailleurs, nous serons ravies de répondre à vos questions et d'échanger avec vous sur les points qui vous tiennent à cœur. Rendez-vous sur notre blog : http://entrepreneuses-creatives.blogspot.fr

I

JE BOOSTE MA CRÉATIVITÉ AU QUOTIDIEN

AU PROGRAMME

LE DÉCLIC : JE LANCE MON BUSINESS CRÉATIF 10

JE NOURRIS MA CRÉATIVITÉ 12

Le déclic : je lance mon business créatif

Comprendre les raisons et les circonstances qui vous ont poussé à faire de votre créativité une activité professionnelle est une étape - souvent menée a posteriori - importante. Nécessaire dans l'affirmation de soi en tant qu'entrepreneuse créative, elle permet aussi de mieux affronter les frustrations qui naissent (parfois) de l'exercice de cette activité particulière. Quand les obstacles paraissent trop hauts ou trop nombreux, ou que le rythme de développement de son business semble trop lent, il est utile de revenir à la source et de se remémorer pourquoi et comment on a décidé de se lancer.

Parmi les entrepreneuses que nous rencontrons lors de nos formations ou sur les réseaux sociaux, seul un petit nombre est issu d'un cursus universitaire lié à l'art et la création, ayant fait le choix d'intégrer la vie active en lançant leur propre entreprise. Plus souvent, le besoin de mettre la créativité au centre de ses choix personnels et professionnels émerge plus tard.

La vie fait que, parfois, l'on repense ses choix, ses priorités, sa carrière... Des événements marquants que l'on provoque ou qui s'imposent à nous, obligent à réfléchir et à reconsidérer notre schéma de vie.

Parmi ces événements marquants, on trouve la grossesse. Ces neufs mois qui transforment le corps de la femme ont aussi, souvent, un puissant impact sur ses envies : pour accueillir son enfant, la future mère éprouve le besoin de préparer son arrivée autrement que par l'achat d'équipement et de vêtements. Cette période est donc très propice à la création. Elle veut s'essayer à différentes disciplines telles que le tricot ou la couture pour confectionner de quoi habiller ou accompagner son bébé dans ses premiers mois voire années de vie. Après l'arrivée du nouveau-né, la fibre créative persiste en général, au point que certaines souhaitent transformer ce loisir en activité professionnelle.

Autre événement marquant : l'expatriation. Le changement de pays et de culture pousse celui ou celle qui le vit (notamment dans le cas d'un suivi de conjoint) à entamer une réflexion sur soi et sa carrière. Face aux

barrières et contraintes qu'un nouvel environnement impose, l'expatrié est amené à explorer de nouveaux chemins (au sens propre et figuré !). Son adaptation et son intégration dans son nouveau lieu de vie font appel à des ressources similaires à celles sollicitées par la femme durant sa grossesse : il (ou elle) exprime le besoin de matérialiser sa nouvelle implantation en « faisant ».

Ces deux exemples (mais nous pourrions aussi citer le déménagement, la perte d'emploi ou encore la maladie) mettent en évidence les deux principaux facteurs déclencheurs d'un esprit créatif et entreprenant :

⇢ le temps : disposer d'un temps de réflexion imposé permet de se poser des questions que la routine du quotidien a tendance à étouffer ou que l'on se refuse à étudier sérieusement

⇢ le nouvel environnement : la perte de repères et donc la création de nouveaux repères demandent créativité et inventivité. La découverte de nouveaux horizons permet une réelle ouverture d'esprit qui laisse entrevoir de nouvelles possibilités et options pour le futur.

Ces deux facteurs combinés ouvrent ainsi les portes de l'entrepreneuriat créatif.

Je nourris ma créativité

La créativité est l'essence de tout entrepreneur et à l'origine même de la naissance d'un business créatif ! Couplée à l'envie de concrétiser ses rêves, elle permet à celles et ceux qui osent de sortir du lot.

Le dictionnaire Larousse définit la créativité comme la « capacité, la faculté d'invention, d'imagination ». Ce « pouvoir créateur » ne se résume pas seulement au résultat final (l'objet ou le service mis en vente), ni même aux associations de couleurs ou de tissus qui signent chaque nouvelle collection, saison après saison. Faire preuve de créativité, c'est avant tout penser autrement. C'est dépasser les limites de ce qui se fait déjà dans notre domaine pour s'essayer à d'autres pratiques, se distinguer en essayant « quelque chose » qui n'existe pas encore dans son environnement (social, géographique ou commercial) ou en s'adressant à une nouvelle cible. Ainsi la créativité peut s'exprimer aussi bien dans notre communication (via un blog, par exemple) que dans notre tarification (formule d'abonnement, prix au kilo et non à la pièce...) ou encore dans la photographie de ses créations. La créativité devient alors un réel élément de différenciation.

La créativité, au même titre qu'un enfant qui apprend et grandit, a besoin qu'on la nourrisse. Ainsi un créatif ne pourra « produire » que s'il trouve l'inspiration nécessaire à l'expression de sa créativité. La créativité demande nourriture, repos et stimulation. Cette combinaison est indispensable au bon déroulement du processus créatif, qui mène de l'idée à la réalisation concrète.

Un certain nombre de pratiques, voire d'exercices permettent d'engendrer et d'entretenir cette émulation créative. À vous de sélectionner ceux que vous pourrez mettre en action :

- Regarder ce qui se fait à l'étranger et dans d'autres cultures. Nous n'avons pas tous la même façon de penser : s'inspirer de ce qui se fait dans d'autres pays, voire d'autres continents permet une ouverture d'esprit propice à la créativité.
- Changer d'angle de vue comme si vous portiez un appareil photo en permanence.

⇢ Sortir de son environnement : de chez soi, de sa ville, de sa région, de son pays, ou tout simplement de sa boutique ! Sur un marché, profiter d'une accalmie pour partir à la découverte des stands voisins.
⇢ Sortir de sa zone de confort : tenter des expériences nouvelles dans des conditions inhabituelles permet de se dépasser. La perte de repères oblige à s'en créer de nouveaux et teste l'adaptabilité à la nouveauté.
⇢ Dialoguer avec ses clients pour comprendre leurs freins à l'achat, mais aussi ce qui leur plaît dans votre travail afin d'agir en conséquence.
⇢ Se mettre dans la peau des autres : de vos concurrents, de vos clients, des personnes que vous admirez.
⇢ Accepter l'échec : la peur d'une mauvaise expérience doit vous servir et non vous freiner.
⇢ Travailler sur plusieurs projets en même temps.
⇢ Se documenter pour développer son expertise dans son domaine.
⇢ Se débarrasser de ses a priori et de ses croyances.
⇢ Faire une pause (voir témoignage de Barbara Meyer à la section « Je prends du temps pour moi », p. 145).

CONSEIL DE MANON LAVOIE : SAVOIR CRÉER EN TOUTE LIBERTÉ ET NON UNIQUEMENT EN MODE « PRODUCTION »
Coach certifiée en créativité, KMCC, membre CCA
KMCC : Kaizen Muses Creativity Coaching
CCA : Creativity Coaching Association
www.mcommemuses.com

Quand on est un entrepreneur créatif, comment développer sa créativité ?
Nous sommes toutes et tous créatifs. Ce mécanisme d'inventivité nous a permis d'évoluer en tant qu'êtres humains et en tant que sociétés. Mais il y a un aspect de la créativité en particulier qui, je crois, peut être utile aux entrepreneurs créatifs : la créativité qui naît de cet espace de calme qui réside en nous. Un espace où tout est possible, où les pensées naissent, s'entrecroisent, se jumellent et forment ainsi de nouvelles idées.

Que l'on soit artiste ou non, à partir du moment où l'on s'offre la possibilité de créer, c'est-à-dire d'utiliser ses mots tracés à la main, les couleurs qui nous font du bien et ses mains pour transformer la matière avec pour seul objectif de se plonger dans le processus, et non pas dans le but d'obtenir un produit final en particulier, procure une grande détente ainsi qu'une meilleure connaissance de soi. C'est du *mindfulness* (pleine conscience) en action, par la créativité.

L'utilité de cette approche pour les artistes, est de se réapproprier leur art pour eux-mêmes, pour se détendre, explorer, faire des essais en suivant leur intuition. Cela leur permet d'aller plus loin dans leur pratique en créant à partir de ce calme et du fait qu'ils se sentent nourris.
Cette forme de créativité s'entretient grâce au temps que l'on prend pour soi. J'encourage toujours mes clientes-artistes à prendre quelques instants chaque semaine pour créer en toute liberté et non pas seulement en mode production. L'artiste, la créatrice, a besoin de cette liberté de créer pour en arriver à se développer et innover.

Concrètement, quelles sont tes astuces pour rebooster ta créativité ?
La pratique de la création sans viser le produit final mais en se laissant porter par le processus enlève énormément de pression, que ce soit en cas de syndrome de la page blanche ou de celui de l'imposteur. Créer librement pendant un instant permet à notre esprit et à notre corps de se réchauffer. Mes meilleurs « trucs » pour enclencher le processus :
Écrire rapidement tout ce qui me passe par la tête, comment je me sens, ce que j'ai à faire, ce qui me paralyse en ce moment, ce que j'aimerais faire. J'écris à un rythme rapide sans chercher à bien composer, ni à bien orthographier les mots. Ma calligraphie s'emporte, les mots coulent, mon esprit se réchauffe. Et lorsque c'est plus difficile de me détendre, j'écris soit plus longtemps, jusqu'à atteindre une certaine fatigue physique, une détente mentale, soit sur une feuille de très grand format afin de me faire sortir de ma zone familière. Je m'assois souvent par terre pour le faire. Ou encore, j'écris à la lueur faible d'une chandelle, le soir venu. Cela me détend énormément et à partir de là, mes bonnes idées se remettent à circuler librement.

Bouger, danser, marcher ! On oublie trop souvent que notre corps est notre meilleur allié ! Il ne faut pas le mettre de côté ! En s'activant, c'est aussi le flot de nos pensées qui s'orchestre et s'ordonne. Mes meilleures idées me viennent souvent lorsque je sors courir ou marcher.
Armée d'une pile de magazines, je m'offre une pause inspirante. Non pas pour lire les articles, mais bien pour me plonger dans le processus intuitif de déchirer les

pages qui contiennent des images qui me parlent, sans me poser de question. Je déchire, je déchire, je déchire. Puis, au bout d'un moment, je découpe les images et je les colle dans mon cahier d'artiste à un rythme rapide. Sans chercher à organiser les images ni à produire quelque chose de beau. Une grande détente s'installe. Puis le collage qui émerge est porteur d'un message. Je le laisse décanter, souvent il m'accompagne dans mon travail, puis à un moment donné, je suis en mesure de décoder ce qu'il veut me dire. J'apprends ainsi à me connaître, à me reconnaître. Et bien souvent, de belles idées ou nouvelles perspectives émergent ainsi !

ASTUCE : UTILISER PINTEREST POUR BOOSTER SA CRÉATIVITÉ

Ce réseau social, basé sur le partage d'images organisées en *boards* (tableaux thématiques), peut se révéler un outil pratique en termes de créativité. En vous baladant de blog en blog, épinglez ce que vous aimez et qui vous inspire dans un ou plusieurs *boards*. De cette façon, vous conservez un seul et même endroit la « matière digitale » qui nourrit et nourrira votre imaginaire. C'est en quelque sorte un pêle-mêle digital ou encore un « artjournal » numérique.

Voir aussi la partie « Je prends du temps pour moi » pour découvrir le concept de l'artjournal.

NOURRIR SON INSPIRATION GRÂCE AU *MOOD-BOARD*

TÉMOIGNAGE DE JULIE ADORE : UN *MOOD-BOARD* POUR PRÉSENTER MON MONDE AUX AUTRES

Créative Community manager des magazines Prima *et* Flow *et rédactrice du blog Julie Adore*

www.julieadore.blogspot.fr/

Qu'est-ce qu'un *mood-board* et à quoi sert-il ?

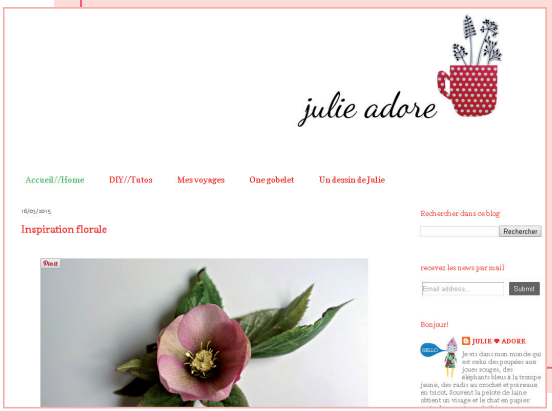
Un *mood-board* est un arrangement d'images, de matériaux, de textes, destiné à évoquer un style particulier, un concept ou encore à présenter un projet. Il peut se réaliser sous une forme physique ou digitale.

Quelques mots sur les *mood-board* que l'on trouve sur Internet : très pratiques, ils se retrouvent en un clin d'œil sur votre smartphone ou votre ordinateur. Pinterest est le plus connu et l'outil le plus populaire pour créer vos *mood-board* à volonté. Mais notez que votre blog peut aussi être en quelque sorte votre tableau d'inspiration, de tendances et d'humeur que vous présentez à vos lecteurs pour qu'ils comprennent mieux votre créativité.

Comment utilises-tu cet outil ?

J'ai deux *mood-boards* « réels » : un au travail et l'autre chez moi. Pour celui du travail, j'utilise tout simplement le mur du bureau pour y coller avec du *masking tape* :

- des pages des magazines découpées ;
- des photos des événements où j'étais présente ;
- des cartes de créatrices ;
- mes petits dessins et ceux de ma fille ;
- des créations en origami ;
- des citations positives…



Le but de ce tableau est de m'inspirer et de présenter mon monde aux autres.

Pour le *mood-board* chez moi, j'ai acheté deux tableaux en métal et plein d'aimants. J'ai accroché ces tableaux au mur de la cuisine.

J'y mets :

- des cartes postales reçues ou rapportées de voyage ;

⇢des reproductions d'œuvres que j'ai vues dans des musées, des tickets d'expositions visitées ;
des étiquettes (de fruits et légumes, de vins, de thés) ;
⇢des photos de mon enfance ;
⇢de jolies images.

Ce tableau est ma petite fenêtre dans le monde de joyeux souvenirs qui m'aide à m'évader. Un tableau d'inspiration est une composition très personnelle. Vous ne trouverez jamais deux *mood-boards* identiques, car chaque individu possède son propre univers, ses associations, ses inspirations, son métier et donc ses techniques et matières…
Par exemple, un jardinier créera son *mood-board* dans le coin de son jardin avec des pots de fleurs. Une couturière présentera sa nouvelle collection sous forme d'échantillons de tissus, de boutons et de fils. Un dessinateur réalisera un *mood-board* de personnages dessinés dans le même style, des polices et des techniques de réalisation (collages, peintures, dessins). Un styliste culinaire organisera son *mood-board* avec de la vaisselle et des décorations de table. Bref, les exemples sont multiples !

Pour créer un *mood-board* chez vous :
⇢utilisez un grand cahier ou un album pour y coller des images qui vous inspirent : des motifs, des dessins, des emballages ;
⇢prenez un grand et vieux cadre en bois, clouez un fond en plaque de liège ou en bois compressé. À l'aide de punaises, faites des collages de vos inspirations ;

→ sur le mur, délimitez un espace avec du *masking tape* pour réaliser votre *mood-board*.
N'hésitez pas à changer le contenu de vos *mood-boards* selon les saisons, au gré de vos nouvelles inspirations.

TÉMOIGNAGE DE JULIANE STRITTMATTER : LA NATURE NOURRIT QUOTIDIENNEMENT MON INSPIRATION
Artiste textile et créatrice de poupées faites main sous la marque Fröken Skicklig
http://frokenskicklig.blogspot.fr

Juliane, tu travailles dans une région très rurale et reculée, comment arrives-tu à rester créative et où trouves-tu ton inspiration ?
Je puise mon inspiration dans presque tout : dans la nature, dans les rencontres que je fais, en visitant un marché aux puces – ce sont en fait toutes ces petites choses qui nourrissent ma créativité. Je me sens souvent dépassée et distraite par la lecture de magazines ou de blogs créatifs, je prends alors un rythme plus lent. Tourner les pages d'un livre d'activités pour enfants des années 30 me suffit amplement, une tasse de thé à la main, je trouve des idées de travaux manuels d'autrefois. Rester en contact avec d'autres créateurs et artisans est aussi important pour moi. Grâce à Internet, je peux garder de bons contacts avec mes « collègues » et ouvrir les portes du « buzz créatif » dès que j'en ai besoin.
Quand nous avons déménagé à la campagne, j'avais peur de tomber dans une sorte d'isolement créatif avec quasiment aucune contribution ni inspiration mais, en réalité, c'est exactement le contraire qui s'est produit. Il semble facile de trouver des personnalités similaires ou des personnes qui travaillent dans le même domaine que vous dans une grande ville. Si vous vivez dans un endroit plus re-

tranché comme moi, il vous faut redoubler d'efforts pour trouver des gens avec qui vous sentirez « connectés ». Cela demande une ouverture d'esprit pour finalement trouver des points communs avec des personnes qui, à première vue, vous semblent différentes.

Prendre un thé avec un charpentier de 85 ans de mon voisinage, rencontrer une dame qui a tenu une boutique de tailleur pendant quarante ans, apprendre de nouveaux travaux et écouter les vies qu'on vous conte est vraiment inspirant – quelquefois même bien plus inspirant que de rencontrer les blogueurs en vogue. Je pense avoir appris plus sur moi ces deux dernières années que les quinze années précédentes passées à Berlin, et cela a certainement influencé mon travail de façon positive.

Que fais-tu quand tu perds toute motivation et inspiration ?

Avoir beaucoup d'idées créatives ne veut pas dire qu'il faille à tout prix les réaliser. Inspiration et motivation vont de pair et quand ce n'est plus le cas, il est important de trouver les raisons de cette perte d'enthousiasme créatif.

Pour ma part, il s'agit souvent d'un trop plein, à différents niveaux. Y a-t-il quelque chose sur ma *to do list* que je ne veux pas faire mais qui devient urgent : finir ma déclaration de revenus, commander des fournitures, éditer mes photos ? Procrastination et tâches déplaisantes ont un impact sur ma créativité. À quoi ressemble ma semaine, en dehors de mon travail ? Trop d'obligations sociales et d'activités familiales peuvent accaparer toute mon attention. Ai-je assez d'apport en énergie ? S'occuper de soi joue un rôle important dans une vie saine et créative et on a tendance à oublier combien il est important de manger équilibré, de faire de l'exercice (comme de la marche), de porter une jolie robe ou d'avoir un sommeil récupérateur. Pour rester créative ou retrouver sa créativité, il faut créer un environnement ressourçant pour l'esprit et prendre soin de soi, de son corps et de son esprit. La créativité a besoin de se sentir bienvenue dans votre vie ou cela tournera en chaos intérieur. Cela demande aussi de la patience. Être créatif ne signifie pas fourmiller d'idées 24 h/24 7 j/7. Il y a des moments où l'on se sent terriblement démotivé mais traverser ce genre de désert créatif est très sain, comme un silence avant la prochaine tempête d'idées. Au lieu d'avoir peur de perdre mon inspiration, j'essaie d'accepter le fait que cela fait partie de ma créativité.

Tu as organisé le challenge #onebouquetperday deux années de suite sur les réseaux sociaux. En quoi les fleurs prennent-elles part dans ta créativité ?
La nature joue un rôle important dans ma vie et m'aide à maintenir un style de travail sain et créatif. Quand j'ai commencé ma première série de photos de bouquets au printemps 2013, je rencontrais quelques difficultés dans ma vie personnelle et j'avais du mal à rester concentrée sur mon travail. Nous venions d'emménager dans notre nouvelle maison, une vieille maison de ferme dans la forêt, et partir en promenade cueillir des fleurs était une bonne façon d'explorer les environs. Je me suis vite aperçue que j'avais besoin de ces bouquets quotidiens, ces marches, même de dix minutes, car faire quelque chose de complètement différent du dessin ou de la couture m'aidait en fait à rester concentrée sur mon travail.
Après avoir organisé #onebouquetperday cette année encore, je ne peux plus imaginer mon travail sans cette série, elle en fait désormais partie intégrante. La nature au sens large, et pas seulement les fleurs, a une grande influence sur mon travail et si je vivais toujours à Berlin, mon blog serait bien différent bien sûr. Ce que j'ai découvert, c'est que plus je suis au contact de la nature, plus je me rapproche de ce qu'est pour moi un artiste.

Retrouvez #onebouquetperday sur Instagram et sur le compte de Juliane : @frokekenskicklig.

Privilégiez un endroit calme et lumineux (voir p. 94) © Charlotte and the teapot